II Trimestre de 2010
"Salud y sanidad"

Lección 13
(19 al 26 de Junio de 2010)

Apoyo social: El vínculo que une

Pr. Santos Corrales

Versículo de memoria: *"Un mandamiento nuevo os doy: Que os améis unos a otros; como yo os he amado, que también os améis unos a otros. En esto conocerán todos que sois mis discípulos, si tuvieres amor los unos con los otros"* (Juan 13:34, 35).

Pregunta de confraternización: ¿Con quién te gusta pasar más tiempo?

Idea Central: El amor nos permite servir y nos provee una vida saludable.

Use todo el tiempo:

1. Como *Pastor-Director (10 minutos)*:
   - Escuche a cada miembro de su clase o grupo pequeño.
   - Preste atención a la respuesta a la pregunta de confraternización.
   - Pida que sus alumnos hagan sus pedidos de oración y ponga atención a la oración intercesora.
   - Designe quien visitará a los ausentes.
2. Como *Maestro (35 minutos)*:
   - Escoja los puntos sobresalientes de la lección.
   - Invite o estimule la participación de cada alumno.
   - Use las preguntas adecuadas.
   - Escriba las preguntas que hará.
   - No deje nada librado a la improvisación.
3. Como *Líder Misionero (10 minutos):* Este es el momento de ver cómo van sus alumnos en el programa de discipulado.
   - Comentar qué hicieron en relación con la testificación durante la semana.
   - Planificar las actividades (Estudios bíblicos, parejas misioneras, oración intercesora, operación rescate, visitación, etc.)

INTRODUCCION

Fuimos creados para relacionarnos con los demás. Con nuestros semejantes y Dios. Las relaciones interpersonales es fuente de una vida saludable. El psicólogo Abraham Maslow observó que el amor es tan esencial para el crecimiento de los seres humanos como las vitaminas, los minerales y las proteínas.

I. CREADOS PARA RELACIONARNOS

1. Dios nos creo para vivir en mutuo relacionamiento. Las relaciones interpersonales reflejan el deseo de Dios.

- Dios (***Padre, Hijo, Espíritu Santo***) integran una comunidad divina perfecta. Por eso también creo otra comunidad, el hombre (***Adán y Eva)*** integrando la comunidad humana (Génesis 1:2, 27).
- El hombre fue creado a imagen y semejanza de Dios.
- Dios se relacionaba con la primera pareja continuamente. Los hizo seres sociales, para que se relaciones entre sí y con su Hacedor.
- El aislamiento no es de Dios. El expresó que “no es bueno que el hombre este solo” (Génesis 2:18).

2. El pecado rompió esa relación directa. Afecto nuestra relación con Dios y con nuestros semejantes.
   - **El egoísmo**, el orgullo, la rebelión no pueden reflejar la imagen de un Dios que busca constantemente hacernos el bien.
   - **El Hijo de Dios**, vino para restablecer esa relación. Jesús, plenamente Dios (Juan 1:1-3), que estuvo en la creación ahora hará la recreación.
   - **El amor abnegado** y la preocupación por los demás que marcó la vida de Jesús tuvieron que haber reflejado cómo fueron Adán y Eva antes de la caída, creados “a la imagen de Dios”.
   - “La influencia social, santificada por el Espíritu de Cristo, debe ser aprovechada para llevar almas al Salvador... Debemos tener a Cristo en nosotros como fuente de agua que salte para vida eterna y que refresque a todos los que entran en contacto con nosotros” (*Meditaciones matinales 1952*, p. 195).

3. La idea de ser como Jesús significa ser re-hechos a la imagen de cómo fuimos creados originalmente.
   - **Al mirar a Jesús** y ver cómo vivió, cómo trató a las personas y cómo amó a sus enemigos, percibimos claramente que en el centro de su carácter estaba el amor abnegado por otros.
   - **Hechos para amar**: Originalmente fuimos hechos para amarnos y preocuparnos por los que nos rodean. Esto ciertamente es parte de lo que significa haber sido hechos a imagen de Dios.
   - *“El hombre había de llevar la imagen de Dios, tanto en la semejanza exterior, como en el carácter. Solo Cristo es "la misma imagen" del Padre (Hebreos 1:3); pero el hombre fue creado a semejanza de Dios. Su naturaleza estaba en armonía con la voluntad de Dios. Su mente era capaz de comprender las cosas divinas. Sus afectos eran puros, sus apetitos y pasiones estaban bajo el dominio de la razón. Era santo y se sentía feliz de llevar la imagen de Dios y de mantenerse en perfecta obediencia a la voluntad del Padre*” (*Patriarcas y profetas*, pp. 25, 26).

II. REFLEJANDO LA IMAGEN DE DIOS AHORA

Existen espacios donde debemos expresar una actitud como la tenia Jesús, como fueron creados nuestros primeros padres. Influimos sobre otros, en especial sobre ***nuestra familia, escuela. Comunidad e iglesia***. El cuidado responsable de nuestra salud trae bendiciones no solo sobre nosotros sino también sobre aquellos con quienes compartimos nuestras vidas **(**Génesis 2:18; Eclesiastés 4:9-12; 1 Corintios 12:14-26; Gálatas 6:2).

1. **El Hogar** fue, también, establecido por Dios en el mismo Edén como un lugar donde manifestar servicio abnegado, el amor mutuo.
   - **Relaciones**: Las relaciones en una casa pacífica y feliz ponen el fundamento para el bienestar personal, de la familia, de la comunidad, y de la nación.
   - **Corazón**: Elena de White dice que El hogar es el corazón de la iglesia, la sociedad y la nación.
   - **Esposos**: Un estudio que se realizó en la universidad *Case Western Reserve*, publicado en el *American Journal of Medicine*, incluía a diez mil hombres casados que no tenían antecedentes de angina de pecho, pero con múltiples factores de riesgo como el colesterol elevado, la alta presión sanguínea, la edad, la diabetes y otras anormalidades detectadas por el encefalograma. Los investigadores concluyeron que *«el amor y el apoyo del cónyuge es un punto de equilibrio muy importante que aparentemente reduce el riego de angina de pecho, incluso en la presencia de elevados factores de riesgo*». [1]
   - **Experimento con embarazadas.** La doctora Nancy Collins de la Universidad de California, en Los Ángeles, estudió a mujeres embarazadas, de diferentes razas y carentes de privilegios, para determinar si el apoyo social mejoraría los resultados físicos y mentales del embarazo. Las que recibieron apoyo social prenatal de calidad experimentaron menos dificultades durante el parto, tuvieron bebés más saludables y con más peso al nacer. También reportaron menor depresión después del parto. [2]

2. **La escuela**. Es otro centro donde debemos fortalecer la comunicación, servicio, amor interpersonal.
   - Los alumnos deben aprender el servicio mutuo, las escuelas deben ser centros buen relacionamiento.
   - Es menos probable que los estudiantes usen drogas, o participación en actos violentos y actividad sexual prematura cuando asisten a escuelas que tienen maestros que se interesan en ellos y reglamentos de disciplina flexibles.
   - Lo que ven, escuchan y hacen influye en su salud emocional, espiritual y física.
   - Maestros que se respetan, alumnos que imitan a los buenos maestros cristianos, visualizan hechos (películas, videos, etc.) de acción social benéficos fortalecen su incremento en la ***inmunoglobulina salivar A***. Es un cambio apreciable. [3]

3. **La comunidad.** Los miembros de la comunidad deben mantener relaciones de afecto, lazos sociales de apoyo y servicio mutuo.
   - **Estudio** *lazos sociales y enfermedades infecciosas*. El Dr. Sheldon Cohen y sus colegas de las universidades Carnegie-Mellon y Pittsburg realizaron un

---

[1] J. H. Medalie, U. Goldbourt, “Angina pectoris among 10.000 men. Psychosocial and other risk factors an evidenced by a multivariate analysis of a five-year incidence study, *American Journal of Medicine*, 1976, 60 [6], pp. 910-921.
[2] N. I. Collins, C. Dunkel-Schetter, M. Lobel, et al, “Social support in pregnancy: Psychosocial correlates of birth outcomes and postpartum depression”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1993, 65; pp. 1243-1258
[3] D. C. McClelland, C. Kirshnit, “The effect of motivation arousal through films on salivary immunoglobulin A”, *Psychology and Health*, 1988, 2; pp. 31-52, publicado en *Microbiology and Molecular Biology Review* (vol. 62, Nº 1, marzo de 1988; pp. 71-101), que provee evidencias posteriores de mejoría en la resistencia bacterial oral.

estudio para descubrir si los lazos sociales ayuda a proteger el cuerpo humano contra las enfermedades infecciosas.

- **Grupo de estudio**: A 276 voluntarios saludables, que iban desde los dieciocho hasta los cincuenta y cinco años, les aplicaron gotas nasales que contenían *rinovirus* (el virus que causa el catarro común). A partir de ahí se evaluaron doce tipos de relaciones sociales: 1) esposa, 2) padres, 3) suegros, 4) hijos, 5) miembros cercanos de la familia, 6) vecinos cercanos, 7) amigos, 8) compañeros de trabajo, 9) compañeros de clase, 10) compañeros voluntarios en servicios caritativos comunitarios, 11) miembros de grupos sin afiliaciones religiosas (social, recreativo o profesional) y 12) miembros de grupos religiosos.
- **Resultado:** La investigación reveló que quienes informaron solamente de uno a tres tipos de relaciones, tenían más de cuatro veces el riesgo de desarrollar un catarro que los que reportaron seis o más. .
- Quienes participaban en relaciones de apoyo mutuo con muchas personas, sin importar su historial, incrementaron su resistencia a la infección con el *rinovirus*. [4]

4. **La iglesia**. La iglesia es una familia, el cuerpo de Cristo, la reunión de los fieles. Es donde debería manifestarse con más empeño el amor, le servicio y relaciones saludables y positivas.
   - **Toda la humanidad** está relacionada a través de nuestros antepasados en común (Hechos 17:26). También estamos relacionados por el amor que Dios tiene por cada uno. Todos pueden ser redimidos por la sangre de Cristo, porque Dios no quiere que ninguno se pierda (2 Pedro 3:9).
   - **Nadie odia su propio cuerpo** (Efesios 5:29, 30). Todas las partes del cuerpo interactúan para funcionar con efectividad. Si una parte sufre, todas las funciones quedan afectadas. Cuanto más cercanos estemos a los demás, más sentiremos el impacto de sus problemas.
   - El servicio social mutuo, como una gran familia, reduce los comportamientos arriesgados.
   - **Dos factores vitales**. El Estudio Nacional Transversal del Adolescente, publicado en el *Journal of the American Medical Association* en 1997, en el que participaron a 90.000 adolescentes y 18.000 padres en todo Estados Unidos, [5] reveló que dos factores vitales protegen a los niños y a los jóvenes de cualquier comportamiento de riesgo, como la promiscuidad sexual, la violencia, la angustia emocional, los intentos de suicidio y el uso de drogas:
   - **Factor Relación con Dios**. Un adolescente para quien la religión y la oración son importantes es menos propenso a fumar, beber o practicar relaciones en actividades sexuales prematrimoniales.
   - **Factor Relación unos con otros**. Los adolescentes que están bien relacionados con sus padres, su familia y su comunidad escolar están más protegidos de muchas conductas de riesgo como el sexo premarital, la violencia, los

---

[4] S. Cohen, W. J. Doyle, D. P. Skoner, et al, “Social ties and susceptibility to the common cold”, *JAMA*, 19978. 277; p. 1940.

[5] W. Blum, M. Rinchart, “Reducing the Risk: Connections That Make a Difference in the Lives of Youth”, Division of General Pediatrics and Adolescent Health, basado en el primer análisis de datos de Add Health: “Protecting adolescents from harm: Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health”, *JAMA*, 10 de septiembre de 1997.

intentos de suicidio, el consumo de drogas y las relacionadas con la angustia emocional. El apoyo y la aceptación social reducen la necesidad de consumir drogas.

5. **Las relaciones** que son positivas y de apoyo crean canales a través de los cuales se trasmiten los valores.
   - ***Valores*** Los jóvenes entonces utilizan esos valores para determinar con qué conductas se van a comprometer.
   - ***Salud.*** Estudios recientes han documentado la fuerte y abrumadora evidencia que el servicio refuerza y alienta la decisión de adoptar prácticas socialmente aceptables y que promuevan la salud.

6. Los cristianos debemos seguir el ejemplo de Jesús en amar a las personas a pesar de sus debilidades. Jesús amó a sus discípulos a pesar de sus muchas fallas (Juan 13:35; Efesios 4:32; Romanos 15:7; 1 Juan 1:7; 1 Pedro 3:8; Colosenses 3:13)
   - Era amante e incluía a todos, aun cuando lo rechazaron y lo traicionaron. Hoy se nos llama a hacer lo mismo.
   - Al captar la gracia y misericordia de Dios, podemos comenzar a hacer lo mismo con otros. Amar a los que nos aman y a los bondadosos y también a aquellos que nos desprecian o no nos comprenden.
   - Todos podemos hacerlo con lo que Dios nos da. (Romanos 12:4-8; 1 Corintios 12:1-5; Efesios. 4:8-11)

7. "*Los seguidores de Cristo han sido redimidos para servir. Nuestro Señor enseña que el verdadero objeto de la vida es el ministerio. Cristo mismo fue obrero, y a todos sus seguidores les presenta la ley del servicio, el servicio a Dios y a sus semejantes. Aquí Cristo presenta al mundo un concepto más elevado acerca de la vida de lo que jamás ellos habían conocido. Mediante una vida de servicio en favor de otros, el hombre se pone en íntima relación con Cristo. La ley del servicio viene a ser el eslabón que nos une a Dios y a nuestros semejant*es" (*Palabras de vida del Gran Maestro*, p. 262).

RESUMEN

Fuimos creados a imagen de Dios, cuando nos relacionamos con los demás con un espíritu de servicio y amor genuinos, reflejamos esa imagen de Dios tal como él se relaciona con nosotros y tenemos salud plena.

Pr. Santos Corrales
Pastor de la Iglesia Central de Cochabamba
Unión Boliviana



RECURSOS ESCUELA SABATICA
http://ar.groups.yahoo.com/group/Comentarios_EscuelaSabatica
www.elistas.net/lista/EscuelaSabatica
http://groups.google.com.ar/group/escuela-sabatica?hl=es
Suscríbase para recibir gratuitamente recursos para la Escuela Sabática